**REGULAMIN**

**7. PZU Festiwal Biegowy**

**ŻYCIOWA DZIESIĄTKA**

**MISTRZOSTWA POLSKI MASTERS W BIEGU ULICZNYM NA 10 KM**

**I ORGANIZATOR**

1. Organizatorem PZU Festiwalu Biegowego jest Fundacja Instytut Studiów Wschodnich z siedzibą w Warszawie, 00-382, ul. Solec 85/33; tel: 022/583-11-00, fax:022/583-11-50 i Fundacja „Festiwal Biegów” z siedzibą: w Niskowej 161, 33-395 Chełmiec

2. Strona internetowa zawodów to: [www.festiwalbiegow.pl](http://www.festiwalbiegow.pl/) oraz [www.runningfestival.pl](http://www.runningfestival.pl/).

**II TERMIN I MIEJSCE**

1. Termin 10 września 2016 (sobota), start - godz. 11.00

2. Dystans 10 km, atest PZLA

3. Start Honorowy: Krynica-Zdrój Deptak, ul. Nowotarskiego;

4. Start „Ostry”: ul.J.I. Kraszewskiego (800m od Startu Honorowego)

5. Meta: Muszyna, CSiR Zapopradzie

6. Limit czasu: 1,5h; limit czasu na półmetku (w miejscowości Powroźnik) wynosi 45 minut

7. Nawierzchnia: 100% asfalt,

8. Przewyższenia: start - 558m n.p.m.; meta - 430m n.p.m.

9. Opis trasy: drogą wojewódzką Krynica - Muszyna

**III UCZESTNICY**

Wszyscy zawodnicy, którzy zarejestrują się przez elektroniczny formularz lub w biurze zawodów, uiszczą opłatę, odbiorą numer startowy, a w dniu 10 września 2016 będą mieli ukończone 16 lat. Osoby niepełnoletnie startują za zgodą pisemną rodzica / opiekuna prawnego.

**IV ZGŁOSZENIA**

1. Zgłoszenia przyjmowane są na stronie [www.festiwalbiegow.pl](http://www.festiwalbiegow.pl/). Istnieje możliwość zgłoszenia się do biegów Festiwalu bezpośrednio w biurze zawodów w dniach 9 – 10 września 2016 r.

2. Zarejestrowany zawodnik, który poprawnie wypełnił kartę zgłoszenia i uiścił opłatę, otrzymuje w biurze zawodów numer startowy, który widnieje przy jego nazwisku na liście startowej.

3. Zgłoszenie każdego zawodnika powinno być własnoręcznie podpisane. Podpis na karcie rejestracji można dokonać przy odbiorze numeru startowego w biurze zawodów lub przesyłając podpisaną kartę rejestracji bezpośrednio do biura organizatora.

4. Opłaty startowe zawarte są w Regulaminie PZU Festiwalu Biegowego.

**V KLASYFIKACJE**

Prowadzone będą następujące klasyfikacje:

a) klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn.

b) klasyfikacje wiekowe kobiet i mężczyzn: 18-29, 30-39, 40-49, powyżej 50 lat

**VI NAGRODY**

Zwycięzcy w klasyfikacji generalnej oraz klasyfikacjach wiekowych otrzymują nagrody według tabeli nagród 7. PZU Festiwalu Biegowego.

**VII POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

1. Regulamin jest spójny z postanowieniami Regulaminu PZU Festiwalu Biegowego.

2. Ostateczna interpretacja regulaminu należy do Organizatorów.

**REGULAMIN**

****MISTRZOSTWA POLSKI MASTERS** W BIEGU ULICZNYM NA 10 KM**

**I CEL IMPREZY**

**1.** Wyłonienie Mistrzyń i Mistrzów Polski Masters w biegu na 10km w poszczególnych kategoriach wiekowych.

2. Popularyzacja biegów długodystansowych.

**II ORGANIZATOR**

1. Organizatorem PZU Festiwalu Biegowego jest Fundacja Instytut Studiów Wschodnich z siedzibą w Warszawie, 00-382, ul. Solec 85/33; tel: 022/583-11-00, fax:022/583-11-50 i Fundacja „Festiwal Biegów” z siedzibą: w Niskowej 161, 33-395 Chełmiec

2. Strona internetowa zawodów to: [www.festiwalbiegow.pl](http://www.festiwalbiegow.pl/) oraz [www.runningfestival.pl](http://www.runningfestival.pl/).

**III TERMIN I MIEJSCE**

1.Termin 10 września 2016 (sobota), start - godz. 11.00

2. Dystans 10 km, atest PZLA

3. Start Honorowy: Krynica-Zdrój Deptak, ul. Nowotarskiego;

4. Start „Ostry”: ul.J.I. Kraszewskiego (800m od Startu Honorowego)

5. Meta: Muszyna, CSiR Zapopradzie

6. Limit czasu :1,5h; limit czasu na półmetku (w miejscowości Powroźnik) wynosi 45 minut

7. Nawierzchnia: 99% asfalt, 1% kostka

8. Przewyższenia: start - 558 m npm; meta - 430 m npm

9. Opis trasy: drogą wojewódzką Krynica - Muszyna

**IV ZASADY UCZESTNICTWA**

1. Prawo startu w Mistrzostwach mają tylko zawodnicy kategorii masters tzn. kobiety i mężczyźni, którzy urodzili się w roku 1981 i wcześniej.

2. Dla potwierdzenia wieku startującego należy przedłożyć dokument tożsamości.

3.Zawodnicy startują na własną odpowiedzialność.

4. W Mistrzostwach Polski sklasyfikowani będą zawodnicy tylko z polskim obywatelstwem.

**V KATEGORIE WIEKOWE**

1. Kobiety: 35-39; 40-44; 45-49; 50-54; 55-59; 60-64; 65-69; powyżej 70 lat.

2. Mężczyźni: 35-39; 40-44; 45-49; 50-54; 55-59; 60-64; 65-69: powyżej 70 lat.

O zakwalifikowaniu do kategorii decyduje rok urodzenia.

**VI NAGRODY**

1. Zdobywcy pierwszych trzech miejsc w klasyfikacjach wiekowych w kategorii kobiet i mężczyzn otrzymają medale oraz nagrody rzeczowe.

2. Zwycięzcy w klasyfikacjach wiekowych otrzymują nagrody według tabeli nagród 7. PZU Festiwalu Biegowego.

**VII ZGŁOSZENIA**

**1.** Zgłoszenia przyjmowane są na stronie [www.festiwalbiegow.pl](http://www.festiwalbiegow.pl/). Istnieje możliwość zgłoszenia się do biegów Festiwalu bezpośrednio w biurze zawodów w dniach 9-10 września.

2. Zarejestrowany zawodnik, który poprawnie wypełnił kartę zgłoszenia i uiścił opłatę, otrzymuje w biurze zawodów numer startowy, który widnieje przy jego nazwisku na liście startowej.

3. Zgłoszenie każdego zawodnika powinno być własnoręcznie podpisane. Podpis na karcie rejestracji można dokonać przy odbiorze numeru startowego w biurze zawodów lub przesyłając podpisaną kartę rejestracji bezpośrednio do biura organizatora.

4. Opłaty startowe zawarte są w Regulaminie 7. PZU Festiwalu Biegowego.

**VIII POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

**1.** Regulamin jest spójny z postanowieniami Regulaminu 7. PZU Festiwalu Biegowego.

2. Ostateczna interpretacja regulaminu należy do Organizatorów.